

Activité – Boîte d'activités

Cette activité est une belle occasion de vivre des moments de qualité en famille, loin des écrans.



Chacun écrit des idées d'activités à faire sans écran sur des petits papiers et les dépose dans une boîte. Quand vient le temps de ranger les écrans, pigez une activité au hasard et relevez le défi de la faire pendant au moins 15 minutes!

Astuce : Alternez entre des activités à faire en famille et des activités à faire seul·e afin d'avoir plus de choix selon le moment.





Accompagnez votre jeune
dans l'adoption de saines
habitudes numériques
au quotidien.